

## **SELF-EFFICACY UNTUK MENDUKUNG ANAK MAKAN SAYUR DAN BUAH SERTA BERAKTIVITAS FISIK PADA ORANGTUA REMAJA *OVERWEIGHT***

### ***Self-Efficacy to Support Children for Eating Vegetables and Fruit along with Physical Activity in Overweight Adolescent Parent***

**Fadillah Nur Qalbi , Nurhaedar Jafar, Burhanuddin Bahar**

Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin  
(dillahnq@yahoo.com, Eda\_jafar@yahoo.co.id, Gizifkmuh@gmail.com, 082293149606)

*Self-efficacy* merupakan kemampuan pengaturan diri individu untuk dapat melakukan tindakan walaupun terdapat rintangan. Penelitian bertujuan mengetahui gambaran *self-efficacy* orang tua untuk mendukung anak makan sayur dan buah serta beraktivitas fisik pada orang tua remaja *overweight*. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain survey bersifat deskriptif. Populasi adalah remaja *overweight* di Kota Makassar berjumlah 2530 siswa. Sampel penelitian ini adalah orang tua dari remaja *overweight*. Penarikan sampel menggunakan *proportional random sampling* dengan besar sampel 131 orang. Analisis data yang dilakukan adalah deskriptif univariat. Hasil penelitian diperoleh *self-efficacy* orang tua untuk mendukung anak makan sayur dan buah untuk kategori sangat rendah (0,8%), rendah (3,1%), sedang (16,8%), tinggi (42,7%), sangat tinggi (36,6%). Sedangkan *self-efficacy* untuk mendukung anak beraktivitas fisik untuk kategori sangat rendah (0,8%), rendah (4,6%), sedang (13,7%), tinggi (27,5%), dan sangat tinggi (53,4%). Kesimpulan dari penelitian ini bahwa *self-efficacy* dalam hal mendukung anak makan sayur dan buah serta beraktivitas fisik pada orang tua remaja *overweight* di Kota Makassar tahun 2015 yaitu tinggi.

**Kata kunci :** *overweight*, remaja, *self-efficacy*, orangtua

### **ABSTRACT**

*Self-efficacy is a self-regulating ability of individual to be able to take action despite the obstacles. This research aimed to reveal the self-efficacy of parents to support children to eat vegetables and fruit along with physical activity at parents of overweight adolescent. This type of research is quantitativewith descriptive survey design. The population is overweight adolescents in Makassar 2530 amounted students. Samples were parents of overweight adolescents. Samples were drawn using proportional random sampling with sample of 131 people. Data analysis is univariate descriptive. The results obtained self-efficacy of parents to support children to eat vegetables and fruit to the category of very low (0.8%), low (3.1%), moderate (16.8%), high (42.7 %), very high (36.6%). Whereas self-efficacy for physical activity support in child for a category of very low (0.8%), low (4.6%), moderate (13.7%), high (27.5%), and very high (53, 4%). The conclusion from this study that self-efficacy in terms of supporting children to eat vegetables and fruit along with physical activity in overweight adolescents parents in Makassar in 2015 is high.*

**Keywords:** *overweight*, adolescents, *self-efficacy*, parents